

Guidare con l'esempio

Come possiamo **insegnare ai nostri figli il rispetto**, se noi per prime non ci rispettiamo?



Come possiamo **insegnare alle nostri figli ad amarsi**, a credere in se stessi se noi non lo facciamo?

I bambini oltre ad ascoltare ciò che diciamo, **osservano attentamente come ci comportiamo** e sono i primi a notare se tra i due livelli di comunicazione ci sono incongruenze.

Come possiamo raccomandare a nostri figli di essere felici se non lo siamo noi per prime? Pensiamo forse che frasi tipo: "io non sono stata felice, ma almeno voglio che tu lo sia", non generino sensi di colpa in loro?

Come possiamo sperare che trovino la loro strada, se non siamo in grado di farlo noi?

Prima del decollo sugli aerei sono mostrate le istruzioni per il viaggio, e recitano più o meno così: " in caso di mancanza di ossigeno, una maschera scenderà direttamente dallo scomparto posto sopra di voi. Se viaggiate con bambini indossate PRIMA VOI la maschera, poi aiutate i vostri fogli a indossarla".

Traduzione per la vita quotidiana: in casi di mancanza di ossigeno, fate il possibile per tornare prima voi in equilibrio. Soltanto così potrete aiutare i vostri figli. Se il nostro contenitore dell'amore, della serenità, della pace è vuoto, come possiamo continuare a nutrire i nostri cari?

Viceversa, quando siamo amorevoli e premurose con noi stesse, creiamo una riserva di amore e compassione che ci è facile e naturale estendere agli altri.

Per questo, come madri la cosa migliore che possiamo fare per i nostri figli è liberarci dai condizionamenti, capire le nostre necessità, ritrovare noi stesse e i nostri sogni, comprendere il nostro valore, sviluppare le nostre capacità e metterle al servizio del mondo.

In altre parole occorre che innanzitutto diventiamo madri di noi stesse.

Bibliografia: Lucia Giovannini: "Il potere del pensiero femminile"